

# РОЛЯ НА ОКОЛНАТА СРЕДА ПРИ РЕХАБИЛИТАЦИЯТА НА ХОРАТА С УВРЕЖДЕНИЯ (през погледа на ерготерапевта)

Топузов, И.,<sup>1</sup> Николова Е.,<sup>1</sup> Петрова Н.,<sup>1</sup> Николовска Л.,<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Югозападен Университет "Неофит Рилски" - Благоевград

<sup>2</sup>Университет "Гоце Делчев"- Щип, Македония

*Хората постъпват мъдро само, когато  
нямат друг избор !*

**Резюме:** Ерготерапевтът планира интервенциите, така че да улесни взаимодействието между околната среда и индивида, променя околната среда, така че да увеличи възможностите на лицето да изпълнява дейности. Модифицирането на околната среда цели да предотврати влошаването на състоянието и загубата на възможностите, както и активно участие в живота на обществото. ЛОДИ-моделът има четири основни компонента. Те показват какво човек иска и се нуждае да прави в своето ежедневие (дейностите му); действително извършеното (изпълнението на дейностите); дали личните му психологични, физиологични, невроповеденчески и познавателни способности си пасват с мястото за извършване на дейностите (околната среда), за да се стигне до успеха. Сполучливото взаимодействие между способностите на лицето, околната му среда и правилно подобрите дейности води до изпълнение на планираното и пълноценно участие в рехабилитацията. Универсалният дизайн е концепция в архитектурата и строителството, която благоприятства заниманията, като ги улеснява, с което подобрява изпълнението на дейностите. Промените в околната среда се фокусират, както върху физическата, така и върху социалната околна среда, обществените взаимоотношения и културните норми. Целта е, те да се подобрят така, че да осигурят на пациентите околна среда, която да поддържа здравето и качеството на живота им.

**Summary:** Occupational therapist design interventions to facilitate the interaction between the environment and the individual to create environments that maximize the fit between the person's capabilities and the demands of the occupation. Environmental modification can augment or prevent declining or lost capabilities, thereby encouraging active participation in the community. The PEOP - model has four major components. They describe what people want or need to do in their daily lives (occupations); the actual of doing the occupation (performance); and how psychological, physiological, neurobehavioral and cognitive factors (person) combine with the places in which occupations are undertaken (environment) to influence success. The interaction of capacity, environment, and chosen activity lead to occupational performance and participation in the rehabilitation. Universal design is thus a popular concept in the area of architecture and engineering and is an excellent opportunity for occupational therapist to collaborate to enhance occupational performance. All these environmental modifications, whether focused on physical, but also social, societal policy and attitudes or cultural norms, are important for ensuring the clients interactions with the environment remains supportive of health and quality of life.

**Ключови думи:** ерготерапия, околна среда, дейности, възможности, изпълнение

**Key words:** occupational therapy, environment, occupations, capabilities, performance

Околната среда е тази среда около човека, в която той живее, извършва своите дейности, изпълнява задачите си, здрав или болен. Тя е важна, защото дава възможности, но може и да пречи на изпълнението. *Изпълнението на дейности, свързани с рехабилитацията, според ЛОДИ - модела от ерготерапията е резултат от интегралното взаимодействие между лицето и околната му среда.*

Околната среда се състои от физическата и географската среда, плюс културалната, икономическата и социалната среда наоколо [1]. По-долу ще се спрем накратко на останалите, като ще подчертаем значението на най-важната за неврорехабилитацията - физическата околна среда.

### **Географска и природна среда**

Тя включва географските и природните дадености, като терен, надморска височина, часове на слънцегреене, температура, климат, характеристика на въздуха, водни басейни и т.н. Географските фактори са от значение при неврорехабилитацията, защото те могат да я улесняват, но при определени условия могат и да я затрудняват. Например студено време, неподходящо отопление или пък много горещо лято, липса на климатик и т.н. Планинските селища създават затруднения с терените си - движението е затруднено, поради релефа, понякога стръмно, каменисто, хлъзгаво, опасно. Отдалечените селища имат неудобството, че до тях често пътищата са лоши, неподдържани, трудно се пътува. Това се отнася до лицата с увреждания и до специалистите, които трябва да контактуват с тях.

Следователно, географската и природна среда могат да възпрепятстват неврорехабилитацията, но тези затруднения са обикновено известни предварително (освен при внезапни природни катаклизми) и те трябва да се приемат като даденост, като нещо известно и естествено [8]. За тяхното преодоляване могат да се предвидят съответни мерки - отопление, вентилация, сигурни транспортни средства и т.н.

### **Културална околна среда (отнасяща се до културата)**

Обществената култура на един народ е свързана с нивото на обществото и състоянието на неговите структури и организации. Здравната култура на един народ, обикновено е елемент от обществената му култура. Имат се предвид познанията на хората за опазване и укрепване на здравето, профилактиката и лечението на болестите, хигиената (лична и обществена) и т.н.

Културата на отделния човек се определя от неговото поведение, навици, ритуали, традиции, обичаи, вяра. Те се предават от едно поколение

на друго чрез семейната среда и обществото. Хората, притежаващи по-висока култура са наясно със своите роли в живота, с тях се работи по-лесно. Интервенциите при тях се планират с тяхното активно участие (проявяват разум), задачите се възприемат лесно, те разбират значението на рехабилитационния процес и ползата от него за тях. Съобразяват се с реалните възможности в момента и своите способности. При настъпили грешки в планирането и изпълнението, те лесно се коригират и препланират [8].

### **Обществена околна среда (обществото)**

Хората живеят на групи, затова са важни техните междуличностни отношения-да се разбират помежду си, да се понасят един с друг - да съществува социална приемливост [2, 3].

Социалното отхвърляне и социалната изолация имат понякога опустошителни последици върху личността и най-вече върху нейната психика. Предубедените становища и стереотипи, непоносимостта към различното и липсата на толерантност са също така пагубни за личността, а най-често и за семейството и обществото. Подобни хора поставят бариери между себе си и останалите, дори и пред тези, които са склонни към компромиси, затова те са неприемливи за другите. Различията са нещо естествено - те правят света около нас и живота по-интересен, богат и разнообразен. Но непонасянето на различията, достигащо антагонизъм е неприемливо и пагубно.

Хората с увреждания са склонни към самоизолация и понякога се опитват да се обградят с бариери, за да избягнат съжалението на околните. Причина за подобно поведение може да бъде и срамът от себе си, особено когато не могат да се обслужват (най-вече в тоалетната).

### **Социална околна среда**

Разбирай съществуващите социални взаимодействия в обществото и наличната в него социална подкрепа за хората. Тук влизат социалните закони, норми и правила, приети и съблюдавани от обществото и държавата. Те имат своето значение за лицето, особено когато в по-малка или по-голяма степен то е загубило своята независимост. Много дейности се изпълняват едновременно и от други хора - т.е. в група.

Включените в една социална група са взаимно зависими, защото изпълнението на всеки от тях се отразява на изпълнението и на останалите [2,3]. Дори и индивидуално изпълняваните дейности от хората зависят от подкрепата на другите, от тяхното одобрение и поддръжка. Социалните контакти с организациите, групите по рехабилитация,

себеподобните по увреждания са много полезни [4,5,7].

#### **Има три основни типа на социална подкрепа:**

- **материална** (парична или инструментална), която най-често се осигурява от общината,
- **информационна** - във вид на лечение, обучение, овладяване на умения, ръководство, планиране, подготвяне на програма за действие и т.н. **емоционална** - съдържаща уважение, почит, стимулиране, похвала, изразяване на приятелски чувства и т.н. Всички хора с увреждания се нуждаят от нея - те заслужават вниманието на обществото и помощта на здравите, на можещите повече от тях.

#### **Икономическа околна среда**

Икономическата околна среда - това са икономическите условия в държавата и тяхното разпределение между хората. Има ли организации, служби, които да се грижат за хората с увреждания? Има ли заделени за социални нужди достатъчно ресурси, парични средства, реални условия, лекари и ерготерапевти, кинезитерапевти и социални работници, лични асистенти и т.н.? Най-често се касае за материални средства - пари, икономически изисквания и условия.

Голяма част от хората с увреждания не са в състояние да се трудят и да печелят средства за покриване на насъщните си нужди. За да не „тежат“ само на своето семейство, държавата отпуска средства, опитвайки се да им осигури поне частична, а когато е възможно и пълна икономическа независимост.

Очевидно е, че богатите страни могат да правят много повече за своите сънародници с увреждания, отколкото бедните. Стремешът ни като нация трябва да бъде - постигане на висок европейски стандарт за всички - и за здравите, които се трудят и за хората с увреждания, които се нуждаят от икономическа подкрепа.

#### **Физическа околна среда (материална, строителна, архитектурна)**

Физическата околна среда е най-дискутирана в неврорехабилитацията, защото човек може да я видоизменя, приспособява. Най-често именно тя е решаваща за изпълнението, за успешното извършване на дейностите по възстановяването, но за да стане тя благоприятстващ факт, са необходими средства, проекти, инструментариум, екип от хора. Чрез тях, тя може да се приспособи, да се направи достъпна и по-естествена. Касае се за жилището, етажата, стаята, леглото, кухнята, двора и градината, алеята за придвижване, тротоара, салона по ЛфК, магазина, обществените сгради, училището, университета и т.н. Всички хора (зdravi и болни) използват в своето ежедневие различни средства и инструменти

(приспособления) за да си помогнат в своите действия и при извършването на дейности. Такива се химикалката за писане, вилицата и лъжицата, чашата, чинията, ножа, ракетата за тенис, компютъра и т.н. Здравите (движещите се) хора лесно се придвижват до обектите и уредите и по-лесно боравят с тях, защото притежават нужните движения. При хората с увреждания, достигането и използването на подобни средства е по-трудно. Те трудно се придвижват до тях, по неловко си служат с тях, а понякога въобще не са в състояние да ги използват и са зависими, дори и за своите ДЕЖ [1,6,8,9,10].

Задачата на членовете на рехабилитационния екип е да им помогнат за това. Да приспособят средата така, че да могат да ги достигат, дори и с инвалидни колички или помощни средства (патерици, канатки, бастуни). Да приспособят самите уреди, според нуждите, за да могат да си служат с тях (химикалка, клавиатура на компютъра, кухня, шкафови, маса, стол, вилница и лъжица, легло, тоалетна и т.н.). Решаваща роля в този процес на адаптиране на физическата околна среда имат ерготерапевтите, които са задължителна част от екипа, провеждаш неврорехабилитацията.

#### **Околната среда и оздравителния процес**

Членовете на рехабилитационния екип трябва да изяснят какви промени във физическата околна среда са необходими, за да се постигне пълно оздравяване и възстановяване на дадения индивид. Това е конкретна задача при всеки човек с увреждане. Да се предостави (осигури) най-подходящата околна среда за конкретния човек, за неговите лични способности и за изискванията на заниманията, които ще започне той.

Промените в околната среда могат да подпомогнат активното участие на лицето в обществото или обратното, ако не са адекватни, могат да му попречат. Универсалният дизайн е концепция в архитектурата, която благоприятства заниманията, като ги улеснява. Например в банята: душ-кабина със седалка, ръчен душ - слушалка, който позволява обливане отдалече, теглах с дръжки, устойчив на плъзгане под, висока тоалетна чиния с дръжки за хващане в близост до нея и т.н. Подобни строителни приспособления се монтират в кухнята, спалнята, всекидневната, двора и т.н. Те улесняват пациента и премахват някои от бариерите пред него, за да се обслужва той самостоятелно. Голямата част от тези улеснения за хората с увреждания са отдавна измислени по света. Те просто трябва по-широко да се внедрят и у нас, за да станат нуждаещите се от тях по-независими, за да се чувстват по-спокопни, по-достойни и щастливи.

Измененията трябва да са насочени към улесняване на заниманията, като се набляга на

творчеството, вкл. изобретения по отношение подобряване на средата, които да облекчат адаптирането [1, 10]. Самата околна среда създава стимули, които провокират индивида да потърси оптималните лично за него решения, за да извърши дейността, т.е. да изпълни задачата. Оригиналната и интересна околна среда мотивира за промени, особено, ако предлага нововъведения за лицето и изисква модели за действие, които не са пробвани досега. В това е ключът за стимулиране на стремеж към подобни промени и изобретателност от страна на пациента. Този креативен подход носи радост дори и на хората, които нямат увреждания.

### **Околна среда и изпълнението на дейностите**

Приятната физическа околна среда улеснява изпълнението на дейностите. Тя подпомага взаимодействието, повлиява пациента физиологично и психологично, прави го активен, креативен, възбужда сетивата и мозъка му [11,12,13]. За да стимулира, околната среда трябва да е интересна, различна и да се променя. Стимулираща роля имат три групи фактори от околната среда:

- *ярки светлини и силни звуци (в т.ч. цветотерапия и музикотерапия)*
- *екологични събития, които разтърсват - буря, градушка, порой, силни вълни, земетресение изненади, новости, иновации, а при децата нови книжки и играчки.*

Членовете на рехабилитационния екип, освен че изработват индивидуалната програма, която включва подходящи процедури, променят и околната среда, за да даде тя възможности на пациента да използва наличните си способности, като го улесни, въпреки наличните при него дисфункции и заболявания. Целта е да се премахнат външните бариери пред лечението и обучението, което е свързано с определени задачи:

- Да се отдели специално внимание на условията, осигуряващи комфорт и удобство - отопление, асансьор, вентилация, стая на разположение, пейки за сядане, ако те са нужни и т.н. Трябва да се помогне за облекчаване и на някои лични затруднения, като начин на концентрация, прекомерна заетост, тревожност, безпокойство, умора и т.н.
- Да се създаде подходяща атмосфера, която да стимулира към мислене и рефлексивност [4,7,8]. Да се окуражават разговорите и дискусиите по желани теми. Да се избягват теми, които са негативни и неприятни. Може да се работи на приятна музика, стига тя да предразполага и да създава комфортност. За някои е по-добре да се работи на тишина. Това е т.н. селективна стимулация, при която пациента подбира подходящите за него

стимули. Такива, които да улеснят процеса на рехабилитация.

Да се огледа пространството наоколо - то винаги трябва да е достатъчно като площ, за да се работи спокойно. В някои случаи се изисква и място за почивка, за усамотяване в моментите на умора и трудности.

Смята се, че създаването на подходящата обстановка е решаващо за успешната рехабилитация и за постигане на поставените предварително цели. Материална среда, която стимулира мотивацията, намалява усещането за безизходица и осигурява постигане на целите. Сред многобройните, необходими за нормалната работа с пациента моменти, с особена важност остават внимателното отношение на персонала и неговия подход при организацията на обучението и рехабилитацията. Внимателната предварителна подготовка е необходима за правилното прилагане на лечебните техники.

**В заключение,** ролята на околната среда става все по-централна в процеса на рехабилитацията, защото тя е свързана от една страна с причините за уврежданията и заболяванията и от друга - с тяхното успешно лечение.

Тя може да улеснява, подпомага, стимулира лечението, тя самата е част от терапията!

### **Библиография:**

1. Вачева, Д., Проучване ефекта от приложението на трудотерапевтични дейности, като част от комплексната рехабилитация на пациенти с фрактура на дисталния радиус, Дисертация, Плевен, 2010.
2. Миланова, Цв., М. Мирева, Принципи на МРЕТ при работа с деца в риск, В: Ерготерапия 3-та част, СИМЕЛ, София (под. редакцията на проф. ИВ. Топузов, 2009.
3. Митова, Ек., Институции, закони и парадигми за децата с увреждания, В: Ерготерапия 3-та част, СИМЕЛ, София (под. редакцията на проф. ИВ. Топузов), 2009.
4. Николова, Ев., Превенция с мултисензорна кинезитерапия и комплексна рехабилитация на деца от рискови -12 месеца, Дисертация, Благоевград, 2011.
5. Николова, Р, ЛЮДИ-моделът в условията на оздравителната детска градина, Педагогика, 2008,12, 63-70.
6. Петрова, Н., Транспорт с инвалидни колички, В: Ерготерапия 3-та част, СИМЕЛ, София (под. редакцията на проф. Ив. Топузов), 2009.
7. Терзийска, П., Интегрираното обучение на деца със специални образователни потребности, Неофит Рилски, Благоевград, 2005.
8. Топузов, Ив., Ерготерапия - първа част (учебник), СИМЕЛ, София, 2006.
9. Топузов, ИВ. и съавтори, Ерготерапия - втора част (специална), СИМЕЛ, София, 2008.
10. Топузов, Ив. и съавтори, Ерготерапия - трета част (специална), СИМЕЛ, София, 2009.
11. Christiansen, C, C. Ваит, Occupational therapy, Performance, Participation and Well-being, Slack, NJ, USA, 2005.
12. Pedretti, L W., M. B. Early, Occupational therapy - Practice Skills for Physical dis-function, Mosby, USA, 2005.
13. Reed, K, S. Sanderson, Concepts of Occupational Therapy, Lippincott W.& W., USA, 2004,